Młoda matka

TREŚĆ NUMERU:

Dr B. Górnicki: O wzroście dziecka. *Dr M. Zaks:* Higiena, pielęgnacja i rozwój dziecka w obrazkach.—Układanie dziecka do snu. Przygotowania. Usypianie. *Lekarz dentysta A. K.* Jama ustna i zęby. (Pierwszy rok życia dziecka) *Dr K. Ereciński:* O najczęstszych błędach przy wykonywaniu zabiegów pielęgnacyjnych u dzieci. O przechowywaniu i podawaniu lekarstw. *Dr St. Srednicki:* Ze skrzynki do listów — Młoda matka musi mieć trochę czasu dla siebie. *I. Mackiewicz-Orłosiowa:* Podsłuchane rozmowy.—Niewspółmierność winy i kary. — *Z. Horodyńska:* Wychowawcze znaczenie ilustracyj. *M. A. Frostigowa*: Dom księdza Baudouin'a. — dokończenie. — Odpowiedzi na listy rodziców. — Rady praktyczne. — Mody. Narożnik poszewki, ozdobiony mereżką i haftem.—*M. Ankiewiczowa:* Jeszcze o przyjęciach dla dzieci. — *Stefania Duzy.* Jak zrobić scenkę dla teatrzyku kukiełek. — *J. Kinsnerowa*: Uczmy się szycia. — Powiększanie formy.— *S. Witkowska*: Kuchnia dziecięca — Przyjęcia dla dzieci. (c. d.)



O wzroście dziecka.

Czytamy pewnie nieraz naszym dzieciakom głośno różne bajki i opowiadania o niezwyciężonych bohaterach, rycerzach-wielkoludach, walczących ze smokami, olbrzymach niepokonanych, których siła i wzrost potężny były postrachem wrogów. Nieraz też zdarza się, że w trakcie czytania takich opowiadań bohaterskich, zasłuchany mały podnosi oczki i szepcze: „Boże, jakżebym chciał być duży i mocny!” „Poczekaj synku, będziesz starszy, urośniesz”. „A co zrobić żebym był większy jak ty i tatuś i wujek i wszyscy?” „Nie możesz być przecież, synku, większy jak wszyscy ludzie”. Na marginesie tej niebyłej rozmowy, zastanówmy się i my dzisiaj nad zagadnieniem wzrostu naszych dzieciaków, nad tym, od czego on zależy i czy możemy mieć na niego jakikolwiek wpływ.

Wzrost ludzki określony jest w pierwszym rzędzie czynnikiem rasy. Te różnice rasowe dają się stwierdzić już i u dzieci. Wiemy np. że Japończycy rodzą się z przeciętną długością ciała 49,3 cm (chłopcy), Annamici 47,4, Francuzi 49.9, Rosjanie 50,5 cm, Niemcy 51 cm, Amerykanie wreszcie 52 cm. Różnice wzrostu zależne są również i od płci noworodka, dziewczynki bowiem rodzą się przeważnie ze wzrostem nieco niższym od chłopców (od ½ do 1 cm). W okresie rozwoju dziecka różnice te, na niekorzyść dziewczynek, utrzymują się i później. Różnice wzrostu, zależne od przynależności rasowej i narodowościowej, stają się w miarę postępu rozwoju dziecka jeszcze wyraźniejsze. I tak np.: statystyki francuskie wzrostu przeciętnego dziecka rocznego wykazują dla tego wieku długość ciała równą 70 cm, statystyki wiedeńskie (Pirqueta) 74 cm, niemieckie 75 cm, polskie wreszcie 76,3 cm obliczone na materiale jednej ze stacji opieki nad matką i dzieckiem na terenie Warszawy, w dzielnicy zamieszkałej przez warstwy lepiej sytuowane.

Liczby dla 2 lat wynoszą: francuskie: 80 cm, wiedeńskie 85 cm, niemieckie 85 cm, polskie wreszcie 88,5 cm.

Ale oprócz różnic narodowościowych (zależnych od odmienności rasy, klimatu, sposobów odżywiania i t.d.) istnieją i inne różnice. Czynnik odpowiedniego odżywiania i pielęgnacji grać może rolę zasadniczą w osiągnięciu wysokiego stopnia rozwoju fizycznego przez niemowlę. Stąd też płyną uzasadnione wskazania do jak największej dbałości o niemowlę, za którego rozwój w tak dużej mierze jesteśmy odpowiedzialni.

Omówimy obecnie kolejno te wszystkie czynniki, których wpływ

Higiena, pielęgnacja i rozwój dziecka w obrazkach.

Układanie dziecka do snu. III. Przygotowania. Usypianie.



Ostatnie karmienie dziecka powinno się odbywać zawczasu, nie bezpośrednio przed snem



Już w drugim roku należy czyścić przed snem ząbki dziecka (początkowo watą, w późniejszym wieku — szczoteczką).



Wieczorny spacer znakomicie polepsza sen zwłaszcza u dzieci nerwowych. Starsze dziecko powinno odbyć spacer pieszo.



Spacer. (Ciepło ubrany chłopczyk).



Kąpiel działa różnie: jedne dzieci uspakaja, inne pobudza. (W tym ostatnim wypadku przesunąć kąpiel na rano).



Wysadzanie dziecka bezpośrednio przed snem często zapobiega katastrofie.

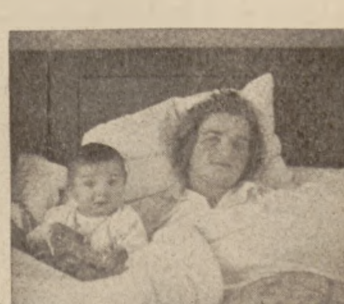


Dziecko powinno usnąć samo!



Usypianie dziecka na rękach, w kołysce, kołysanie, wożenie w wózku zamienia dziecko w tyrana i robi go nerwowym.





Rownież opowiadanie bajek, śpiewanie kołysanek, a — co najgorsze — branie dziecka do swego łóżka — winno być zaniechane.

Dr M. Zaks.

na wzrost dzieci da się wyraźniej wyodrębnić.

Pierwszym czynnikiem, jak już to podkreśliliśmy, jest czynnik przynależności rasowej lub narodowościowej, który na ogół biorąc zakreśla pewne, rzadko przekraczane, granice wzrostu.

Drugim ważnym czynnikiem jest dziedziczność. Znamy napewno wszyscy niektóre rodziny, w których wzrost niski lub wysoki jest jak gdyby jedną z cech rodzinnego podobieństwa. W rodzinach takich dzieci rodzą się już od razu mniejsze lub większe, niż inne noworodki i w późniejszym rozwoju zachowują się podobnie.

Jak wiemy, przeciętna długość noworodka po urodzeniu wynosi zwykle około 50 cm. Dziecko w pierwszym roku życia rośnie stosunkowo najszybciej, bo około 25 cm w ciągu roku, w drugim roku życia około 10—12 cm, w trzecim, czwartym i następnych stosunkowo mniej. Z tego już widać, że wszystkie czynniki upośledzające wzrost, o których zaraz będziemy mówili, są najszkodliwsze właśnie w okresie wczesnego dzieciństwa, w okresie, w którym wzrost postępuje najszybciej.

Znamy jednak czynniki, które działać mogą na wzrost już i przed urodzeniem dziecka. Do takich należy w pierwszym rzędzie nieprawidłowy tryb życia matki w okresie ciąży, odżywianie zbyt skąpe lub mało wartościowe pod względem zawartości np. witaminów, ciężkie choroby wyniszczające itd. Dlatego też przeciętna wzrostu w klasach upośledzonych materialnie, jest przeciętnie niższa niż w klasach lepiej sytuowanych.

W okresie pierwszego roku życia czynnikiem, najsilniej działającym na ogólny rozwój dziecka, a więc i na wzrost, jest odżywianie. Dzieci odżywiane piersią są tu oczywiście w najlepszej pozycji. Dzieci karmione sztucznie, mieszankami, o nieprawidłowym częstokroć w stosunku do wieku składzie, dzieci niedożywiane, nie dokarmiane w odpowiednim czasie jarzynami, owocami, pozbawione należytego dowozu witaminów, słońca, świeżego powietrza, będą zawsze w tyle pod względem rozwoju fizycznego za swoimi, prawidłowo odżywianymi, rówieśnikami.

Oddzielny rozdział stanowią choroby wczesnego dzieciństwa upośledzające, czasem na stałe, rozwój dziecka. Nie będziemy ich tutaj, oczywiście, omawiać, chcemy tylko wspomnieć, że długotrwające stany biegunkowe, odgrywają tu rolę może najważniejszą, tak ze względu na łatwość ich występowania w tym wieku, jak i na wpływ na ogólny stopień odżywienia. Czynniki wyżej wymienione działają na wzrost drogą upośledzenia ogólnego r o z w o j u dziecka.

Jest jednak czynnik, atakujący specjalnie układ kostny i wpływający na wzrost bezpośrednio. Czynnikiem tym jest krzywica. Dzieci krzywicze mogą mieć np. wzrost przeciętny w trzecim roku życia niższy o kilkanaście nawet centymetrów od normy, ze względu na głębokie zmia-

ny, zniekształcające układ kostny i hamujące jego wzrost. Takie zahamowanie wzrostu daje się później tylko w nieznacznej mierze wyrównać i niższy wzrost dzieci krzywiczych może pozostać niekiedy już na stałe. Krzywica jest najgłówniejszą przyczyną zjawiska, że wzrost przeciętny dzieci wiejskich, wychowywanych na świeżym powietrzu, w promieniach słońca, był stale wyższy od wzrostu dzieci miejskich, mieszkających w ciasnych, niewietrzonych klitkach, pozbawionych przeważnie słońca, ruchu, świeżych jarzyn, tłuszczów i t. d.

W ostatnich jednak latach, gdy zasady właściwego postępowania z niemowlętami zaczynają głębiej przenikać do mas, gdy powoli i stopniowo zaczyna się podnosić zamożność, liczby, obrazujące przeciętny wzrost i rozwój niemowląt dochodzą stopniowo do wartości wyższych. Zależy to w największej może mierze od zwalczenia krzywicy, która nie występuje już tak powszechnie i w tak ciężkich postaciach, jak w latach wojennych lub powojennych.

Nasza więc własna dbałość o niemowlę, jest najlepszą bronią w walce z niedorozwojem fizycznym, który stawia największą tamę prawidłowemu rozkwitowi energii narodu.

Dr B. Górnicki.

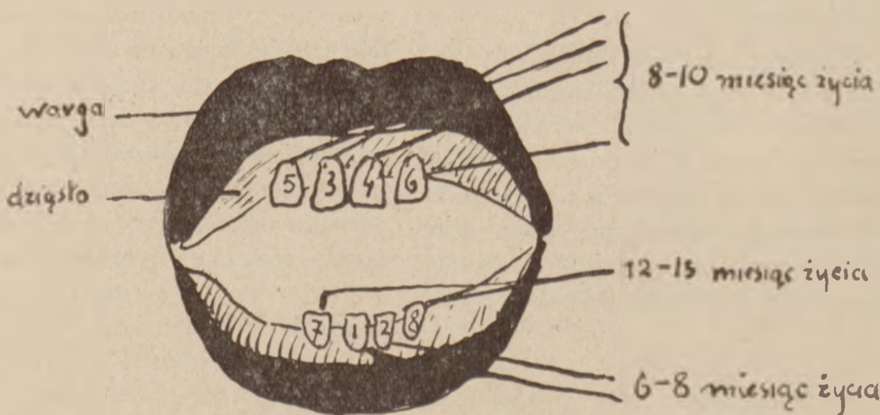
Jama ustna i zęby.

(Pierwszy rok życia dziecka).

Ach jakże nasz dzidziuś podobny do dziadka! wykrzykuje najbliższa rodzina różowego, rozkosznego dzidziusia ku niezadowoleniu matki. Nic nie pomoże! Istotnie tak jest. Szczególnie, gdy dziadunio już stracił włosy i zęby.

Zastanówmy się głębiej, w czym tkwi podobieństwo: w proporcji części mózgowej czaszki do części twarzowej. U niemowlęcia widoczny jest niedorozwój aparatu żucia (szczęka dolna szczególniej), u starca zanik stopniowy tegoż odcinka. A regulują ten stan rzeczy — tylko zęby. Istotnie zęby to najgłówniejszy czynnik rozwoju szczęk, bądź przyczyna zaniku, gdy ich nie stanie.

Nim matka usłyszy miły jej sercu dźwięk łyżeczki o ząbek: ten pierwszy, najbardziej oczekiwany, patrzy przez długie sześć miesięcy na starczo puste dziąsła swego maleństwa. W chwili krzyku niemowlęcia możemy dowoli przyjrzeć się wnętrzu jamy ustnej. I cóż tam widzimy? Musimy cofnąć krzywdzące porównanie do starca. Podczas gdy np. dziadunio ma niejednokrotnie wyraźne wały dziąsłowe, jako miejsca gdzie ongiś tkwiły szeregiem korzenie zębów, to nasze niemowlę posiada bogate fałdy na podniebieniu.



Zgrubienia te pozwalają niemowlęciu utrzymywać brodawkę piersi karmicielki, a nawet trochę rozcierać przy pomocy języka otrzymywane pożywienie. Dziąsełka ma ledwo zaznaczone, ale wiemy, że wewnątrz ich tkwi już tak w dolnej, jak i w górnej szczęce po dziesięć pęcherzyków-zawiązków zębów mlecznych i po kilka pęcherzyków zębów stałych(!), a mianowicie pierwszego trzonowego wielkiego, obu siekaczy trwałych i kła stałego.

I jakże dobra mama czuwa nad tym bogactwem? Ano w *karygodnej gorliwości* wymywa płatkiem waty, czy płótna wnętrze jamy ustnej. Popełnia większy błąd, niż gdyby czyściła wewnętrzną część przewodu usznego, czy nosa. Jama ustna niemowlęcia pokryta jest błoną śluzową, delikatną bardzo i podatną tym samym na skaleczenia, otarcia.

Tu tkwi niebezpieczeństwo.

Zbyt gorliwa matka sama skaleczy niepotrzebnie myjąc błonę śluzową w buzi swej pociechy; za mało gorliwa matka zaniedba przycięcia paznokci swego maleństwa i tym samym dopuści do podobnej infekcji—zakażenia, gdyż niemowlę bardzo szybko uczy się brać rączki do buzi.

W następstwie skaleczenia, często niedostrzeżenie drobnego, wnikają bakterie (drobnoustroje) z otoczenia, no i gotowe *pleśniawki*. Skupienia grzybków, zwane pleśniawkami, mogą pokryć prawie całą błonę śluzową w buzi dziecka. Nie daje to zakażenia ogólnego, jest jednak cierpieniem dającym pewną bolesność przy spożywaniu pokarmów. To też niemowlę traci apetyt, kaprysi. Gdy trwa upar-

cie szereg dni, wymaga wglądu lekarza.

Zostawmy zapobieganie pleśniawkom w jamie ustnej niemowlęcia siłom obronnym ustroju (gdy lekarz nie zarządzi inaczej), a sami tym gorliwiej dbajmy o czystość smoczka (każdorazowe 2—3 minutowe zagotowanie w wodzie przed nałożeniem na szyjkę flaszki), jak też obmywanie 2—3% rozczynem kwasu bornego brodawek piersiowych i najbliższego otoczenia tychże.

Kąty ust niemowlęcia to miejsce tworzenia się trudno gojących się pęknięć (zajady). Koniecznym przeto jest oczyszczanie usteczek dziecka po każdym karmieniu.

A oto nasze niemowlę już chwyta. Czatują na tę chwilę dobrzy wujkowie i ciocie, niosąc karygodne zabawki: koszykowe grzechotki, bądź składane z dwu połówek celuloidowych, napełnione wewnątrz ciętym drutem (autentyczne), bądź lalki gumowe z gwizdkiem.

Czy nie lepszy był t. zw. korzeń fiołkowy? Otóż najlepszą, jedyną zabawką tego wieku jest kółko gładkie „masiv" z metalu niklowanego, bądź z kości słoniowej, bądź gumowa laleczka masiv bez otworków, do wnętrza której dostaćby się mogła ślina, czy woda z kąpieli. Zabawka, umocowana na gumce czy tasiemce, dostatecznie długiej, która uniemożliwi upadek na ziemię, pozwoli dziecku zapomnieć o uczuciu przykrego swędzenia, jakie czasami dziecko odczuwa.

W szóstym miesiącu z zawiązka, ukrytego pod dziąsłem, wychyla się pierwszy ząbek. Jak każdy siekacz ma brzeg ostry, trzy wzgórki, z czasem się wyrównujące. Prawie z reguły pierwszy ząb zjawia się w dolnej szczęce, posiadającej utkanie kostne delikatniejsze niż górna.

Cały ten proces jest normalnym fizjologicznym zjawiskiem, to też dziecko z tego powodu nie choruje. Po pierwszym ząbku pojawiają się w krótkich odstępach czasu następne. Streszczając się, powiem: niemowlę do roku ma:

1) dwa środkowe siekacze dolne: 6-y—10-y miesiąc życia;
2) cztery siekacze górne: 8-y—10-y miesiąc życia;
3) dwa boczne siekacze dolne: 12-y—13-y miesiąc życia.

O niebezpieczeństwie, kryjącym się przy wyrywaniu kła mlecznego oraz trzonowych, jak również i czasie, w którym wyrastają, będzie podane innym razem.

Lekarz dentysta A. K.

O najczęstszych błędach przy wykonywaniu zabiegów pielęgnacyjnych u dzieci.

O przechowywaniu i podawaniu lekarstw.

(Dokończenie).

IV. Pani Jadzia spowodowała znów podobny przypadek rozumując na pozór zupełnie logicznie. Malutki jej synek Staś nie może spać w nocy od szeregu miesięcy. Dziecko krzyczy, płacze lub bawi się, a o spaniu ani myśli! Rodzice są przemęczeni i zrozpaczeni zachowaniem się dziecka. Wezwany lekarz po zbadaniu Stasia znalazł u dziecka jedynie nadmierne podniecenie nerwowe i przepisał mu łagodny środek nasenny w proszkach. Dziecko ma przyjmować 1 proszek na noc. Pani Jadzia podała dziecku 1 proszek, ale Staś ani myśli usnąć—bawi się w najlepsze. Matka przypuszcza, że lekarstwo jest „za słabe", po godzinie daje następny proszek, a po paru godzinach—gdy dziecko nadal hałasowało—3-ci proszek. Następnego dnia przemęczona matka obudziła się rano dopiero o godzinie 9-ej. Staś spał ciągle. Matka cieszyła się, iż dziecko śpi smacznie. Któż opisze jednak rozpacz matki, gdy nie mogła obudzić dziecka nawet o godzinie 11-ej. Wezwany lekarz stwierdził zatrucie wywołane zbyt dużą dawką środka nasennego.

Ten przykry przypadek uczy nas, iż istnieją lekarstwa, które działają leczniczo już w bardzo małych dawkach. Podanie paru, nawet małych dawek, w krótkich odstępach czasu potęguje działanie leku i lekarstwo może wywołać zatrucie. Nie należy zatem samowolnie zwiększać dawek lekarstwa.

V. Pani Wanda zna znów matkę, która samowolnie zaczęła leczyć dziecko z powodu robaków. Kupiła ona w składzie aptecznym odpowiednie proszki trujące, a gdy lekarstwo nie skutkowało, powtórzyła je kilkakrotnie. W kilka dni po podaniu ostatniej dawki lekarstwa, dziecko dostało nagle żółtaczki. Wezwany lekarz po dokładnym zebraniu wywiadów i zbadaniu dziecka, oświadczył, iż przyczyną żółtaczki było „lekarstwo na robaki", które użyto w zbyt dużej dawce.

Pani Wanda pamięta ze swoich przeżyć, jak przed 3 laty spowodowała u swej 3 miesięcznej córeczki uporczywą biegunkę, po podaniu 1 łyżeczki oleju rycynowego.

Nigdy zatem nie należy podawać dzieciom samowolnie lekarstw, nawet gdyby to były środki przeczyszczające. Np. podanie oleju rycy-

nowego w ataku ślepej kiszki może spowodować bardzo przykre następstwa.

VI. Pani Lula też miała kiedyś trudną do rozwiązania zagadkę, ale trochę innej natury. Lekarz przepisał lekarstwo w płynie. Butelka z lekarstwem stała na oknie. Po kilku dniach p. Lula zauważyła, że lekarstwo z przejrzystego stało się lekko mętne, pojawiły się w nim kłaczki. a kolor z jasnego przeszedł w niebieskawoszary. Pani Lula dzwoni więc do apteki i zapytuje, czy lekarstwo uległo zepsuciu? Aptekarz wyjaśnia, że niektóre lekarstwa pod wpływem światła mogą ulegać najrożnorodniejszym przeobrażeniom. A więc roztwory salicylanów pod wpływem światła ciemnicją — lekarstwo takie można jednak nadal podawać choremu, ale z zasady należy je przechowywać w ciemnym miejscu (szafa, ciemna spiżarnia i t. d.). Inne znów środki, jak roztwory adrenaliny, których używa się w kroplach przeciw katarowi nosa lub w roztworze u dzieci wymiotujących, napary niektórych środków wykrztuśnych, przechowywane w jasnych butelkach i w oświetlonych miejscach, ulegają rozkładowi i strącają się w postaci kłaczków. Lekarstwa takie tracą własności lecznicze.

Wszystkie wyżej wymienione lekarstwa są nalewane w aptekach do ciemnych (kolorowych) butelek, a matki powinny przechowywać je w ciemnych miejscach. Po dłuższym przechowywaniu nie nadają się one do użytku.

VII. Lekarstwa w proszkach również nastręczają często dużo kłopotów.

Pani Zofia gotowała mieszanki, do których dodawała malton. Po krótkiej przerwie, kiedy stolce dziecka pogorszyły się, zaczęła na nowo używać maltonu. Ponieważ za pierwszym razem nie zużyła całej puszki lekarstwa, więc kazała przynieść służącej „malton" ze spiżarni. Po otwarciu puszki przekonała się, że malton uległ zbryłowaceniu. Z sypkiego proszku utworzyła się jednolita twarda masa, której niepodobna było podzielić na porcje.

Pani Lula miała podobne zdarzenie z lekarstwem w proszku, którego szczyptę miała odmierzać dziecku codziennie przez 2 tygodnie. Po kilku dniach proszek zbił się w jednolitą skamieniałą masę, której nie można było używać.

Należy zatem pamiętać, że wiele lekarstw w postaci sproszkowanej chłonie bardzo szybko wodę, wskutek czego poszczególne cząsteczki zlepiają się, tworząc jednolitą, twardą bryłę.

Lekarstwo w proszku należy przechowywać w metalowych, lub szklanych szczelnie zamkniętych naczyniach, w miejscach przewiewnych, suchych i chronić je trzeba od wilgoci.

VIII. Lekarz, przepisując jakieś lekarstwo zawsze zaleca porę w której trzeba je podać — np. przed czy po jedzeniu.

P. Jadwiga podawała swej córecz-

ce Zosi lekarstwo na apetyt. Ponieważ ma dużo kłopotów, więc zamiast przed jedzeniem podawała lekarstwo po jedzeniu, wbrew ordynacji lekarskie .

W konsekwencji apetyt Zosi pod wpływem lekarstwa nie uległ żadnej poprawie.

Ta pora ściśle oznaczona na podanie lekarstwa ma swe głębokie uzasadnienie w fizjologicznej czynności poszczególnych narządów.

Lekarstwo, które zalecono podać na czczo nie można wypić po jedzeniu, gdyż w ten sposób uzyskuje nawet wręcz niepożądany skutek leczniczy. Odwrotnie leki, które lekarz przepisał do zażywania po jedzeniu, przyjęte przed jedzeniem mogą wywołać przykre zaburzenia żołądkowo-jelitowe.

Zatem i co do pory zażywania leków należy ściśle przestrzegać przepisu lekarskiego.

IX. Krysia, najstarsza córeczka p. Wandy, jest dziewczynką bardzo anemiczną i lekarz przepisał jej odpowiednie lekarstwo, zalecając, aby w tym okresie nie używała przypraw w postaci kwasów (ocet, musztarda, chrzan i t. d.) oraz zbyt dużych ilości surowych owoców. Krysia jest dziewczynką bardzo łakomą, nieposłuszna ukradkiem zjada po kilka jabłek i pomarańczy i o dziwo, ile razy popełni „takie przestępstwo", w krótkim czasie dostaje gwałtownej biegunki.

Istnieją leki, których zażywanie wymaga ściśle określonej diety. W przeciwnym razie nie dają pożądanego skutku leczniczego, bądź wręcz wywołują zaburzenie czynności innych narządów.

Podobnych przykładów możnaby przytoczyć mnóstwo.

X. Na zakończenie opiszę jeszcze jeden błąd, często przez matki popełniany.

Po nieprzyjemnym lekarstwie dzieci otrzymują bardzo często „coś na zagryzkę lub do popicia". Oczywiście, że i tutaj trzeba być ostrożnym w doborze odpowiedniej „przekąski".

Np. wody mineralnej — Vichy nie można dać do picia dziecku, które zażyło roztwór kwasu solnego dla pobudzenia nienia.

Zazwyczaj lekarz robi odpowiednie zastrzeżenia, o ile lekarstwo wymaga specjalnej diety lub warunków, w jakich wywiera działanie lecznicze.

Wyżej opisane przypadki wykazują jasno, że lekarstwa należy podawać ściśle według przepisów lekarza.

Trzeba więc być starannym, uważnym przy odmierzaniu przepisanej ilości lekarstwa. Nie opóźniać ani nie przyspieszać godziny, naznaczonej na przyjęcie lekarstwa. Samowolnie nie zwiększać dawek lekarstwa. Przestrzegać przepisanej diety.

Lekarstwa przechowywać, zależnie od jego postaci, od pory roku, w odpowiednich miejscach, biorąc pod uwagę wilgotność i temperaturę oraz

oświetlenie miejsca, w którym przechowywane jest lekarstwo.

Najważniejsze—nie bawić się „w lekarza", przez dobieranie w składach aptecznych najróżnorodniejszych leków.

Dyletant „leczący", nie znający praw biologicznych oraz własności farmakologicznych leków, może często spowodować bardzo ciężkie schorzenia. Lepiej więc być rygorystą i przestrzegać ściśle przepisów lekarza, bo tylko w ten sposób będzie można uniknąć niepotrzebnych przykrości.

Dr K. Ereciński.

Ze skrzynki do listów.

Młoda matka musi mieć trochę czasu dla siebie.

Pani Helena N. w Toruniu.

Dziecko wymaga koło siebie dużo pracy. Szczególnie w okresie niemowlęcym. Częsta zmiana pieluszek, częste karmienie, podmywanie i kąpiel wyczerpuje cały niemal dzień matce. Dobrze jest, jeżeli dziecko dużo śpi, mało grymasi, jeżeli jest spokojne, pogodne, jeżeli je do płaczu pobudzi tylko poważna przyczyna, jak mokra pieluszka, głód lub jakaś choroba; gorzej jest jeżeli dziecko bez uchwytnej przyczyny krzyczy całymi dniami, a źle śpi w nocy. Jest to prawdziwe utrapienie dla matki. Takie dziecko przykuwa do siebie matkę przez całą dobę. Matka nie ma wtedy dla siebie nic czasu. Takie są przynajmniej skargi młodych matek.

W tych skargach jest mniejszy lub większy odcień dumy i radości. Bo takie oddanie się całkowicie bez reszty dla istoty najdroższej nie może nie napawać matkę dumą i radością. Dla dziecka matka rezygnuje z wielu przyjemności, ulubionych poprzednio rozrywek i nęcących zainteresowań. Nie ma wprost na to czasu.

Nie można tego brać za złe młodej matce, bo jeżeli ktoś wykonywuje swoje obowiązki gorliwie, to nawet zbytnia gorliwość winna spotkać się tylko z uznaniem.

Ale, jak we wszystkim, nie może tu być przesady.

Jeżeli w pierwszych paru tygodniach matka z natury rzeczy zmuszona jest poświęcić cały niemal swój czas dziecku, to w następnych tygodniach musi pomyśleć o sobie.

Młoda matka nie może zasklepić się w granicach swego ogniska domowego. Musi wiedzieć, co się dzieje na szerokim świecie, musi śledzić za postępem nauki, wiedzy i kultury. Musi mieć swoje rozrywki i przyjemności. Musi choć w stopniu ograniczonym utrzymywać stosunki towarzyskie. Musi, bo inaczej zgnuśnieje.

cofnie się pod względem umysłowym.

A zatem musi tak ułożyć czas, żeby mogła przeczytać codzienne pismo lub tygodnik, musi utrzymać kontakt z pożyteczną książką

Od czasu do czasu, stosownie do warunków miejscowych, młoda matka powinna odwiedzić teatr, wystawę obrazów i t. p.

Takie odświeżenie umysłu za pomocą prasy, radia czy książki, teatru, kina lub wystawy wyjdzie na dobre matce i dziecku.

Dr St. Średnicki.

Podsłuchane rozmowy.

Niewspółmierność winy i kary.

— Odpowiem Ci na dręczące Cię pytania, biorąc jako tło odpowiedzi niewspółmierność winy i kary. Słuchaj więc uważnie i cierpliwie, a może znajdziesz w wywodzie moim coś pożytecznego dla siebie—mówiła ciotka Aniela do młodej swej siostrzenicy.

— Nie mówię tu oczywiście o karze cielesnej lub innych klęczeniach, kątach, gdyż wszystko to uważam za objawy obniżające poziom wychowania. Mówię o karze, jako naturalnym wyniku złego zachowania dziecka. Hałasujesz?— Wyjdź z pokoju. Nie słuchasz?— Nie odezwę się do ciebie dopóki nie przyrzekniesz poprawy. Jesteś arogancki?— Będziesz sam przebywał w swym pokoju i tam jadał dopóki nie nauczysz się grzeczności. Bijesz dzieci?—Nie będziesz się z nimi bawił i t. d.

Są to kary zrozumiałe dla dziecka, nie wyglądają jako osobista zemsta, nie zabijają ambicji dziecka. W „Głosie Nauczycielskim" były niedawno listy poszczególnych nauczycielek omawiające możliwość pogodzenia pracy w biurze, szkole, domu i związkach społecznych. Oczywiście, że kobieta zdolna, inteligentna i pracowita potrafi pogodzić to wszystko, ale chociaż mam siebie za jednostkę postępową śmiem zauważyć, że jedno albo drugie albo trzecie szwankować będzie. Pogodzić można, ale albo ze szkodą dziecka, albo ze szkodą pracy zarobkowej. Gdy dziecko pójdzie do szkoły sytuacja staje się łatwiejsza. Gdy dziecko nie ma lat 5, gdy jest małe, gdy trzeba je wychowywać i w każdym odruchu śledzić, matka jest mu koniecznie potrzebna.

O ile pracuje poza domem, trzeba powiedzieć odważnie, że nie wychowuje dziecka. Może mieć wpływ na swe dziecko, tak jak ma na całą atmosferę domu, ale wychowuje je kto inny. Bo wychowanie to żmudna, solidna i nużąca praca, do której nie każdy ma ochotę zaprząc się „na całego". Są wypadki, kiedy kobieta utrzymuje całą rodzinę, są wypadki,

kiedy uzdolnienie i fachowość kobiety powołało ją na jakieś poważne stanowisko, są wypadki, kiedy zamiłowanie kobiety idzie w zupełnie innym. kierunku—wtedy mówi się „trudno". Kobieta taka starannie wyszukuje kogoś odpowiedniego na swe miejsce i oddaje mu do wychowania swe dziecko. Niedopuszczalne zaś są wypadki kiedy kobieta pracuje od 8 do 15-ej pp. dla 100 lub 150 zł. a do domu jest zmuszona brać tanią, byle jaką bonę. Pensja bony i jej utrzymanie pochłania całkowicie owe 100 zł. Dziecko wychowuje się bez matki i właśnie wtedy najjaskrawiej występują owe zbyt wielkie kary za zbyt małe przewinienia i na odwrót.

Jeżeli dziecko niechcący zrobi szkodę w domu, to odpowiedzialność spada na bonę, która nie uwzględni owego „niechcący". W ten sposób dziecko przeżywa, pierwsze krzywdy: karę surową za coś, co zrobiło niechcący. I przeciwnie. będzie tylko lekko skarcone albo w ogóle ujdzie mu płazem jakieś poważniejsze kłamstwo, odruchy egoizmu, niegrzeczność wobec służącej, dozorcy lub innych dzieci.

W ten sposób zaczynają zarysowywać się pierwsze skazy na duszy dziecka, wrażliwej i wyjątkowo podatnej na wpływy.

Większość matek użala się, że synowie oddalają się od nich od chwili wstąpienia do gimnazjum. a córki od jakich lat 13—15 (czyli najniebezpieczniejszy wiek dojrzewania). I w jednym i w drugim wypadku, w tych okresach zaczynają przeważać wpływy kolegów i koleżanek. Wtedy właśnie matka, która zna i poznała dobrze swe dziecko wyjdzie zwycięsko. Pozostałe tracą na długo wszelki wpływ. I znowu spotkamy się z ową niewspółmiernością winy i kary. Ile uwag i krytyk matki nasłucha się dziewczynka, gdy zacznie przeżywać swe pierwsze „miłości". Ile hałasu zrobi się chłopcu o pierwszego papierosa. Jaki skandal o noszenie warkoczy (o ile starsze panie noszą długie włosy) i nakazy, że należy włosy obcinać. A w kilka lat później przymus noszenia warkoczy, bo właśnie starsze panie noszą krótkie włosy. Jednym słowem stała walka z młodzieżą. Cóż z tego wynika? Przed wielką wojną, wśród młodzieży od najmłodszych lat panował duch antyreligijny, rodzice musieli stale robić z tego powodu awantury. Obecnie rodzice przeżywają okresy zobojętnienia religijnego, młodzież tłumnie uczęszcza do kościoła. Więc zawsze „na złość?" Dlaczego? Mam wrażenie, że właśnie z tej niewspółmierności winy i kary. Z tego robienia „wielkiej sprawy" z zupełnie „małej sprawki". Z tego nie wyciągnięcia ręki do dziecka w chwili jego załamania się duchowego.

Jeżeli matka zbije dziecko za stłuczenie szklanki lub spodka, to jakże ma ukarać za kradzież, kłamstwo, drobne oszustwo. podfałszowanie swego podpisu? A właśnie owe oszustwa i fałszowanie podpisu u dzieci w wieku szkolnym wypływają ze zbyt srogich kar za zbicie szklanki lub wylanie kawy na obrus.

Musimy mieć wyraźne wytyczne wychowania swego dziecka. Musimy wiedzieć: jakim nie chcemy, by dziecko było. Musimy ochraniać je od zgub-

nych wpływów świata: kłamstwa, oszustwa, poniewierania bliźnim, wszelką nienawiścią. Bicie szklanek i brudzenie fartuszków zaliczamy do spraw zasługujących jedynie na lekkie strofowanie. —

Pani Barbara zamyśliła się głęboko i choć nie zawsze przyznała ciotce rację, w większości wypadków zgodziła się z nią całkowicie.

I. Mackiewicz-Orłosiowa.

Wychowawcze znaczenie ilustracyj.

W literaturze dziecięcej ilustracja odgrywa wielką rolę, a nawet często wysuwa się ją na pierwszy plan przed tekstem. Słuszną jest więc rzeczą, aby matka, kupując dziecku książkę, zwracała uwagę na jej szatę graficzną, zarówno pod względem estetycznym jak i pedagogicznym.

Obrazek w książce przykuwa uwagę małego czytelnika, brak ilustracji zraża: książka od razu wydaje się dziecku nudna i bez wyrazu. Ten moment jest zazwyczaj brany pod uwagę przez wydawców i prawie nie spotyka się książek dziecięcych bez obrazków. Nie wystarcza jednak obecność ilustracji; znacznie ważniejsza jest ich jakość; i tu musimy z przykrością stwierdzić, że wielu wydawców nie troszczy się zbytnio o poziom artystyczny wydawnictwa, lecz, licząc na brak wyrobienia klienta, produkuje efekciarską tandetę, pozbawioną jakiejkolwiek estetyki. Często matki przez nieświadomość i niedocenianie wagi zagadnienia, kupują dla dzieci książeczki o efektownych, bardzo kolorowych obrazkach, dopełnionych częstochowskim i w najlepszych wypadkach bezsensownym wierszem. Bywa czasem gorzej: niektóre wydawnictwa starają się zjednać sobie czytelników, opisując w jak najbardziej sensacyjnej formie tematy nieetyczne, zatruwające duszę i nerwy dziecka; naturalnie strona graficzna takich pisemek i książek jest dostosowana poziomem do tekstu. Dzieciom te rzeczy podobają się, a matki chętnie je kupują, bo są tanie. Nie jest to jednak wystarczający argument. Dziecko nie posiada krytycyzmu; podoba mu się wszystko co kolorowe i nowe. Obowiązkiem matki jest przeprowadzanie selekcji książek i zabawek, aby wyrabiać w dziecku od najwcześniejszych lat zamiłowanie do piękna. Nieraz trzeba zrezygnować z barwności szaty zewnętrznej książki, na korzyść jej estetyki i wartości pedagogicznej.

Dla orientacji matek muszę nadmienić, że ilość kolorów w ilustracjach ogromnie podnosi cenę książki. A ponieważ klienci niesłusznie dają się kusić pozornie efektowną kolorowością książki, wydawcy, którym zależy więcej na wyciągnięciu zarobku z wydawnictwa, aniżeli na korzyści kulturalnej czytelnika, starają się wykalkulować jak największą ilość kolorów w reprodukcji, kosztem gatunku papieru, oraz poziomu artystycznego tekstu i ilustracji. Dobre, tanie książeczki mają najczęściej ilustracje dwubarwne, co wcale nie jest dowodem ich niższości estetycznej. Możemy wybaczyć wydawcy oszczędność w tej dziedzinie, jeżeli spostrzegamy dbałość o stronę artystyczną i pedagogiczną wydania książki.

Matki powinny zdawać sobie sprawę z roli wychowawczej literatury w życiu dziecka. Przedmioty z najbliższego otoczenia, z codziennej pracy i zabawy pozostawiają ślad na psychice, kształtującego się człowieka. Treść książki działa ujemnie, lub dodatnio na etykę, na system nerwowy, na odczuwanie piękna; w równym stopniu oddziaływuje ilustracja. Możemy się pocieszyć, że obecnie, kiedy poszanowanie odrębności psychiki dziecka uzyskało sobie prawo istnienia, pojawiła się i w dziedzinie literatury dziecięcej wielka troskliwość o dostosowanie tematu i jego sposobu opracowania do poziomu rozwojowego, zainteresowań i światopoglądu młodego czytelnika. Pokutuje jeszcze niekiedy fałszywe podejście do tej sprawy: traktowanie dziecka, jak niedorozwiniętej dorosłej osoby i, co zatem idzie, dawanie mu pokarmu duchowego i umysłowego w postaci bezmyślnych bzdur, zarówno w dziedzinie literackiej jak i plastycznej „bo dziecko i tak się nie pozna, nie dostrzeże braków i niedorzeczności, będzie zadowolone ze wszystkiego, co mu się da". Zadaniem matki jest obronić dziecko przed wpływem takich utworów pseudo-artystycznych, stworzonych bez żadnej znajomości czytelnika a obliczonych wyłącznie na jego naiwność.

Wydaje się pozornie, że łatwiej

jest pisać i rysować dla dziecka, aniżeli dla człowieka dojrzałego; tymczasem jest zupełnie inaczej. Do tego nie wystarczy być artystą, ale prócz tego trzeba posiadać znajomość duszy dziecka, — być pedagogiem. W obecnych czasach mamy dość bogatą literaturę dziecięcą, która ma swój styl i zupełnie odrębne potraktowanie tematu, niż to ma miejsce w utworach, przeznaczonych dla dorosłych. To samo da się powiedzić o ilustracji. Odrębność ta wynika z wczucia się twórcy w dziecięcy sposób patrzenia na świat. Punktem wyjścia dla ilustratora jest najczęściej sztuka dziecka. Nie znaczy to, aby artysta miał obowiązek niewolniczo i bezmyślnie kopiować rysunki dziecinne. Byłoby to zupełnie fałszywym i sztucznym naginaniem się dojrzałego już człowieka do naiwności i stopnia rozwoju dziecka. Ale, rysując ilustrację dla dzieci, autor wczuwa się chociaż na dany moment, w psychikę twórczości dziecka, dla przyswojenia sobie charakterystycznej dla niego świeżości i prostoty podejścia do tematu. Dorosły człowiek, posiadając swobodę techniki i pewność kreski w rysunku, nie ma obowiązku, ani potrzeby udawania nieudolności, chociaż stanowi ona wdzięk w rysunkach dziecka. Nie chodzi przecież o mechaniczne naśladownictwo ale o zrozumienie i uszanowanie psychiki. Tak więc ilustracja nie powinna być naturalistyczna t. zn. fotograficznie zgodna z naturą. W rysunku dziecka króluje schemat i syntetyczne upraszczanie; zaznacza ono tylko cechy charakterystyczne, niezbędne do rozpoznania przedmiotu, przeoczając balast zbędnych szczegółów.

Z tym momentem liczy się ilustrator; rysuje jak najprostszymi środkami bez stosowania teorii perspektywy, cienia, skrótów, które to zasady są dla dziecka nieznane i niedostępne. Ilustracja powinna być zgodna z tekstem. Natura dziecka jest bardzo prawa i logiczna; z wielką bystrością wyśledzi każdą niedorzeczność i skrytykuje ją z całą bezwzględnością. Za to zbyteczne są w ilustracji dodatki nie uzasadnione tekstem: niepotrzebnie zaciemniają one czytelność i sens rysunku, odwracając uwagę od rzeczy istotnych.

Rysunki t. zw. zbyt nowoczesne, biorące swój początek z kubizmu i formizmu w sztuce. są dla dziecka również niezrozumiałe i dalekie jak skrajnie naturalistyczne. Ilustrator musi się otrząsnąć ze wszystkich prądów, systemów i naleciałości, a spojrzeć w szczerą i naiwną duszę dziecka. Dopiero utwór z takim nastawieniem wykonany będzie bliski czytelnikowi i przyczyni się do ożywienia jego samodzielnej twórczości.

Z. Horodyńska.



Dom księdza Baudouin'a.

(Dokończenie).

W poprzednim artykule, mówiąc o Domu księdza Baudouin'a, wspomniałam, że znajduje tam chwilowe pomieszczenie każda kobieta wraz ze swym niemowlęciem, o ile nie ma własnego domu. Jeżeli się okaże, że kobieta ta musi pozostać przez dłuższy czas w zakładzie, to odbywa ona wraz z dzieckiem najpierw kwarantannę w ciągu 3 — 6 tygodni. W czasie tej kwarantanny, nowoprzyjęte matki i dzieci nie stykają się z innymi osobami, pozostającymi w opiece Domu, ażeby ich nie zakazić. Przez czas trwania kwarantanny matki uczą się pielęgnacji niemowląt, szycia i utrzymywania swych rzeczy w porządku i czystości. Często uczą się także początków czytania i pisania, gdyż wiele z tych kobiet to anallabetki. Dzieci w oddziele kwarantanny, pomieszczone są w szklannych przedziałach, czyli w t. zw. boksach, a to również w celu możliwego zapobieżenia infekcji. Pozostają pod ścisłą obserwacją, a potem rozmieszcza się je według wieku i stanu zdrowia w odpowiednich dla nich grupach.

Wielki kompleks budynków Domu Księdza Baudouin'a może pomieścić przeszło 900 dzieci i ponad 100 matek. Dzieci powyżej lat 4 przebywają przeważnie w Klarysewie choć częściowo pozostają i w Warszawie. Zakład w Klarysewie będąc filią Domu w Warszawie pozostaje pod tym samym kierownictwem.

Budynki są położone w ogrodzie. Place do gier, olbrzymi plac do zabawy w piasku, drewniane pomosty, opatrzone podwyższonym brzegiem, są przeznaczone na miejsce zabaw dla najmłodszych. W głównym budynku widziałam oddział dla niemowląt i dla dziewczynek do lat trzech. Pokój dla niemowląt mogłam obejrzeć tylko przez wielką szybę z korytarza. Umeblowanie jego stanowią: małe łóżeczka, wielkie stoły do przewijania i umywalnie. W łóżeczkach leżą maleństwa. Dzieci, liczące już po kilka miesięcy mają przymocowaną do łóżeczka zabawkę. Pielęgniarka przewija właśnie niemowlęta, a kilka matek pomaga jej przy tej pracy. Wszystkie matki są ubrane w jednakowy, bardzo „twarzowy" strój zakładowy: suknia w kratkę, biały fartuch i chusteczka na głowie, zawiązana w czepek.

W salach, w których są pomieszczone starsze dziewczynki panuje już większe ożywienie. Maleństwa mają niebieskie sukienki w krateczkę, różowe fartuszki i szerokie białe fryzki dokoła szyi. Tym, które już mają długie włosy związano różowe kokardy we włosach. Wyglą-

dają bardzo milutko. Są właśnie zajęte jedzeniem, któremu oddają się z gorliwością i powagą. Gdy miseczki już opróżniły, biegną prędko do pokoju zabaw, gdzie witają z wielką radością swą przedszkolankę, miłą, młodą panienkę. Zadaniem przedszkolanki jest dbanie, w godzinach przeznaczonych do zabaw, o właściwe wychowanie i duchowy rozwój dzieci. Dzieci nie mające jeszcze trzech lat, niestety, nie mają zajęć z przedszkolanką, choć opiekunki ich zanadto są obarczone pracą, ażeby mogły dbać o odpowiednie zajęcie swych pupilków. Dopiero przed dwoma laty przyjęto pierwszą przedszkolankę do Domu Księdza Baudouin'a. W ostatnim roku przyjęto już ich więcej. Zarząd Domu ma nadzieję, iż wkrótce zostaną przydzielone kierowniczki gier do wszystkich grup dzieci, liczących ponad dwa lata. Już istniejące grupy przedszkola są doskonale prowadzone. Prawie wszystkie dzieci są wesołe, żywe i pewne siebie, a inteligencja i zręczność, którą okazują przy swych robotach ręcznych i grach dowodzą, że znaczny nakład pracy przedszkolanek nie był bezowocny. Przedszkolanki są wykształcone i pracują z wielkim zapałem i radością. Z wielką dumą pokazują ręczne roboty swych pupilów; niektóre roboty ozdobione są naprawdę bardzo ładnym rusunkiem. Oglądam jednocześnie także zabawki dzieci. Mają mnóstwo zabawek, a wszystkie bardzo odpowiednio dobrane.

Następnie zwiedzam oddziały dla dzieci chorych. Tu starano się o stworzenie szczególnie pięknego pomieszczenia. Na ścianach widnieją różnorodne wycinanki, przedstawiające kwiaty i zwierzęta. Sala robi dzięki temu nadzwyczaj miłe wrażenie.

W dalszym ciągu oglądam oddziały gospodarskie: mleczarstwo, pralnię. Wszędzie jest czysto. Dobra organizacja. Na każdym kroku dążenie do udoskonalenia. Widoczne jest jak zakład coraz bardziej się rozwija. Mimowoli budzi się życzenie, by wszystkie dzieci mogły być tak troskliwie pielęgnowane, otoczone taką samą opieką i wychowywane z podobnym nakładem pracy, jak dzieci tu pomieszczone.

Wobec tego, iż wielka ilość dzieci nie może wrócić do swych rodzin, zapytałam jak się kształtuje przyszły los tych dzieci. Opiekunka odpowiedziała mi: „Tam gdzie nam się uda odszukać rodzinę, z której dziecko pochodzi, można w niej dziecko pomieścić. W ostatnim roku powróciło około 400 dzieci do swych rodzin. Gdzie to jest niemożliwe, dąży się do pomieszczenia dzieci w obcych rodzinach t. zw. „zastępczych". Nieraz nasuwają się znaczne trudności przy wyszukaniu odpowiednich rodzin. Przybrani rodzice otrzymują obecnie zł 30 miesięcznie na utrzymanie dziecka. Opiekunki stale doglądają, by się przekonać, czy dzieci są staranie pielęgnowane i czy się je dobrze wychowuje. W ten sposób pomieszczono w ostatnim roku 130 dzieci. Zdarza się często, że bezdzietne małżeństwa przyjmują dzieci bez zapłaty miesięcznej i z cza-

sem te dzieci biorą za swoje. W ostatnim roku adoptowano 62 dzieci".

Kierownictwo Domu stara się o nawiązanie stosunków ze społeczeństwem również i dla tych dzieci, które są zmuszone do pozostania w zakładzie. Ostatnio próbuje się wyszukać dla takich dzieci rodziców chrzestnych. Oni obowiązują się wybrane dziecko odwiedzać w pewnych odstępach czasu i zainteresować sią dalszym jego losem. W ten sposób dziecko pozbywa się uczucia zupełnego opuszczenia i ma świadomość, że o nim ktoś myśli, ktoś je lubi, że ono do kogoś należy.

Mamy nadzieję, że czytelniczki nasze zainteresują się tą akcją. Prosimy jednak, ażeby przy wyborze chrzestnego dziecka zasięgnęły rady kierownictwa Domu. Zwykle bowiem jest tak, iż wybiera się dzieci najładniejsze i najśmielsze, podczas gdy dzieci brzydsze i bardziej zamknięte w sobie pozostają na uboczu. A faktem jest, że właśnie te dzieci cierpiąc najbardziej z powodu osamotnienia, są tym wdzięczniejsze za każde okazane im uczucie i wyrastają najczęściej na bardzo wartościowych ludzi.

M. A. Frostigowa.

Odpowiedzi na listy rodziców.

1. Pani Zofii Zakrzewskiej. 8-miesięczne niemowlę karmione mieszanie powinno jadać 5 razy na dobę w odstępach 3½-godzinnych. Poszczególna porcja 180 g.

O godz. 6 i 16.30 pierś, o godz. 9.30 mleko pełne z cukrem i dwa sucharki, o godz. 20 kasza na mleku z cukrem. O ile dziecko jest karmione wyłącznie sztucznie, powinno zamiast pokarmu dostawać mieszankę, o składni 2 części mleka, 1 część kleiku owsianego z dodatkiem 1½ łyż. od herb. cukru na 100 g mieszanki. Oprócz powyższego o godz. 13 kasza manna na smaku z jarzyn z masłem i cukrem oraz przetarte jarzyny w ilości stopniowo od 1 do 6 łyż. od herb.

Z soków owocowych: sok z pomarańczy, cytryny, jabłko skrobane w ilości od 6 do 8 łyż. od herb. dziennie.

2. Pani Wandzie Wójcickiej. Waga Pani 10-tygodniowej córeczki odpowiada przeciętnej normie wagi dzieci w tym wieku.

Przeciętny tygodniowy przyrost wagi dziecka wynosi koło 200 g.

W tym wieku niemowlę żywione wyłącznie sztucznie powinno jadać 6 razy na dobę w odstępach 3-godzinnych z przerwą nocną 9 godzin.

Poszczególna porcja jedzenia 140 do 150 g.

Już w tym okresie niemowlę z dobrymi stolcami powinno dostawać mieszankę o składzie 2 części mleka, 1 część kleiku owsianego z dodatkiem 1½ łyż. od herb. cukru na 100 g mieszanki.

Powyższą mieszankę w wyżej podanych ilościach może niemowlę dostawać do 5½ lub 6 miesięcy życia.

W chwili obecnej najlepiej dawać sok z pomarańczy lub cytryny. W 3-im miesiącu 3 łyżeczki, zwiększając ilość soku stopniowo co miesiąc o jedną łyżeczkę. Soki można podawać jedno lub dwurazowo w przerwach pomiędzy jedzeniami.

Przy karmieniu z butelki niemowlę powinno być ułożone w łóżeczku nieco pochyło.

Zrzucanie niewielkich ilości pokarmu nie powinno budzić żadnych obaw.

Cukier do mieszanki może być rozpuszczony w kleiku i zagotowany.

Co do wysypki na skórze malutkiej trudno nam jest coś na odległość powiedzieć.

10-tygodniowego dziecka spacer w zimie powinien trwać od $1^1/_2$ do 3 godzin zależnie od t^0 powietrza. Niemowlę, przyzwyczajone do powietrza, może wychodzić do 3 stopni poniżej 0.

Słońce w chwili obecnej nie jest szkodliwe dla dziecka.

W razie ulewnego deszczu lub dużych mrozów spacer można uskutecznić w pokoju przy otwartym całkowicie lub częściowo oknie.

W sprawie podręcznika o sztucznym odżywianiu niemowląt odsyłamy Panią do książki dra Iszory.

3. *Pani Annie Wielowieyskiej.* Zgadza się Pani z nami, że niemowlę należy wychowywać bez smoczka, a równocześnie cieszy się Pani, że córeczki Jej są tak pomysłowe, że zamiast gumowego smoczka, ssą własny palec. Jest to w pojęciu Pani mniejszym złem, gdyż nie jest połączone ze spadaniem smoczka na ziemię i wycieraniem go brudnym fartuchem niani. Jednak w naszym mniemaniu ssanie palców jest tak samo złym przyzwyczajeniem, z którym tak samo trzeba walczyć

4. *Pani Janinie Paszkiewiczowej.* Zapytuje Pani, co robić, gdy 3-letnie dziecko poci się w nocy. Oto w pierwszym rzędzie należy sprawdzić ciepłotę w pokoju, następnie skontrolować przykrycie i ubranie dziecka. Ciepłota pokoju nie powinna przekraczać 18—19° C. Puchowe duże poduszki, jak również puchowe kołderki są najczęstszą przyczyną pocenia się dzieci. Dziecko powinno spać na materacu z małą poduszeczką pod główką, przykryte natomiast powinno być lekką wełnianą lub watową kołderką.

5. *Pani Rządzińskiej Helenie.* Najbliższe przedszkole mieści się przy ul. Rysiej 1, tel. 654-44. Kierowniczką szkoły jest p. Cecylia Oderfeldowa.